



요약: COVID-19 감염자를 위한 고립 지침

귀하는 COVID-19 확진으로 판정을 받았습니다. 귀하의 가족, 친구 및 다른 사람에게 질병이 전파되는 것을 방지하려면 귀하는 다음 단계를 준수해야 합니다.

① 자가 고립하기

귀하는 다음의 기간까지 집에 머물러야 합니다:

- 처음 증상이 나타나고 최소 10 일*이 경과할 때까지 **그리고**
- 적어도 24 시간 동안 (해열제를 복용하지 않고) 열이 나지 않을 때까지 **그리고**
- 증상이 회복될 때까지.

*귀하의 면역력이 약하면 10 일 이상 집에 머물러야 할 수도 있습니다. 담당 의사와 상담하십시오.

증상이 전혀 없는 경우에는 COVID-19 양성 검사 결과를 받은 날부터 10일 동안 집에 머물러야 합니다. 그러나 증상이 나타나면 위의 지침을 따라야 합니다.

② 다음의 고립 지침 준수하기:

- 진료를 받으러 나가는 경우를 제외하곤 집에 머무르십시오.
- 어떤 방문자도 들이지 마십시오.
- 귀하의 가정 내에서도 다른 가족과 떨어져 지내십시오. 만약 귀하가 다른 가족 구성원과 같은 방에 있어야 한다면, 안면 가리개를 착용하고, 최소 6피트 거리를 두고, 특히 중증 질환 고위험군의 환자와 떨어져 지내십시오.
- 만약 귀하가 공유 공간에 있어야 하면, 가능한 한 창문을 열어두십시오.
- 별도의 욕실을 사용하거나, 공용 욕실은 사용한 후 매번 소독하십시오.
- 다른 사람을 위해 음식을 준비하거나 전달해주시 마십시오.
- 기침과 재채기는 가리고 하십시오.
- 물과 비누로 20초 이상 자주 손을 씻으십시오. 또는 최소 60% 알코올이 함유된 손 소독제를 사용하십시오.
- 귀하가 자주 만지는 모든 표면을 소독하십시오.
- 귀하의 증상이 악화되거나 걱정되는 경우 담당 의사에게 문의하십시오.
- 응급 징후가 있으면 9-1-1에 전화하십시오. 여기에는 호흡곤란, 가슴의 압박 또는 통증, 푸르스름한 입술, 정신적 혼란 상태, 깨어나기 힘든 것 등이 있습니다.

모든 고립 지침을 준수하십시오. 담당 의사에게 사본을 요청하거나, QR 코드를 스캔하거나, ph.lacounty.gov/covidisolation을 방문하십시오.



공중 보건국과 대화를 나누고 COVID-19 확산 속도를 늦추도록 도와주시기 바랍니다.

"LA Public Health" 또는 1-833-641-0305에서 전화가 오면, 전화를 받으십시오. 보건 담당관 고립 명령을 받았지만 아직 접촉자 추적 인터뷰를 완료하지 않았다면, 명령에 기재된 번호로 전화하십시오.

③ 밀접 접촉자에게 노출되었다고 알리기

모든 밀접 접촉자에게 감염되었을 수 있으며 면제 대상이 아니면 반드시 격리해야 한다고 알려십시오. 귀하와 마지막으로 접촉한 날로부터 14일 동안 자신의 건강을 모니터링해야 하고 다른 사람을 보호하기 위해 각별히 주의해야 합니다. 건강 상태가 좋고 백신 접종을 완료했어도 모든 지침을 반드시 준수해야 합니다.

"밀접 접촉자"는 귀하가 전염성이 있는 동안 (증상이 처음 시작되기 2일 전부터 자택 격리가 종료할 때까지) 귀하에게 노출된 사람입니다. 여기에는 다음이 포함됩니다:

- 귀하와 6 피트 이내에서 24 시간 동안 총 15 분 이상 함께 머문 사람
- 귀하의 체액 및/또는 분비물에 비보호 상태로 접촉한 사람 예를 들어, 귀하의 기침이나 재채기를 맞은 사람, 귀하와 타액 또는 식기를 공유한 사람, 적절한 보호 장비를 착용하지 않고 귀하를 돌봐준 사람이 있습니다.

밀접 접촉자는 **밀접 접촉자를 위한 격리 및 기타 지침을 준수해야 합니다.** 지침을 보시려면 QR 코드를 스캔하거나 ph.lacounty.gov/covidquarantine을 방문하십시오.



*백신 접종을 완료했고 최근에 COVID-19에서 회복된 경우에는 증상이 없으면 격리할 필요가 없습니다. 스스로 건강을 모니터링하고, 마스크를 착용하고 (집 포함), 각별히 주의하십시오.

